

ニギスの団子汁



材 料(4人分)

ニギス	400g
味噌	100~120g
水	6カップ(1200cc)
ねぎ	1束
里芋	中1
人参	小1
塩	少々

***** 作り方 *****

- 1 ニギスを三枚におろし、包丁でたたいて細かくする。
- 2 すり鉢に1と味噌を入れ、よくすりあわせる。
- 3 ねぎは小口切りにし、里芋、人参は千切りにして、2の中に入れ、よく混ぜ合わせる。(ねぎはあとで汁に入れる分を少し残しておく)
- 4 手に水をつけて、混ぜ合わせたものを団子に丸め、沸騰した鍋の中に入れる。
- 5 再度、煮立ったら弱火にし、ねぎを入れ、15~20分くらい煮る。
- 6 好みにより塩で味を整える。

(1の包丁でたたいて細かくすることと、2については、フードプロセッサを使用しても良い)

